

Gambaran Aktivitas Fisik Pada Individu Obesitas Di Wilayah Kerja Puskesmas Sidorejo Kidul Salatiga

Kukuh Pambuka Putra¹, Kristiawan P.A Nugroho², Daniel Tri Angga³

Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan,
Universitas Kristen Satya Wacana

Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Kristen Satya Wacana

Email: kukuh.pambuka@staff.uksw.edu

Abstrak

Obesitas merupakan salah satu masalah kesehatan yang berkaitan dengan prevalensi penyakit kardiometabolik. WHO menyatakan bahwa obesitas merupakan masalah serius yang kompleks yang dialami oleh segala kelompok umur, mulai dari anak – anak, dewasa sampai lansia. Obesitas harus segera ditangani karena berpotensi menjadi suatu masalah kesehatan (1). Pada penderita obesitas yang memiliki Indeks Masa Tubuh (IMT) $> 30 \text{ kg/m}^2$ akan meningkatkan risiko Penyakit Jantung Koroner (PJK), baik pada laki – laki maupun perempuan. *American Heart Association* (AHA) mengklasifikasikan obesitas sebagai faktor risiko terjadinya penyakit jantung koroner. Tujuan penelitian untuk mengetahui gambaran perilaku masyarakat dilihat dari sudut pandang aktivitas fisik yang menjadi salah satu penyebab kejadian obesitas di Kota Salatiga. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan pendekatan observasi. Populasi dalam penelitian ini adalah masyarakat yang pernah memeriksakan diri ke Puskesmas Sidorejo Kidul, masing – masing berasal dari lingkup wilayah kerja Puskesmas Sidorejo Kidul. Kriteria inklusi yang diterapkan adalah: 1) masyarakat yang tinggal di wilayah kerja puskesmas sidorejo kidul, 2) berusia 40 tahun ke atas, 3) IMT lebih dari 27,0 .variabel yang dipelajari dalam penelitian ini adalah intensitas aktivitas fisik dan IMT. Instrumen yang dipakai untuk mengukur intensitas aktivitas fisik adalah *Global Physical Activity Questionnaire* (GPAQ). Wawancara dilakukan untuk mengidentifikasi pemahaman masyarakat yang ada di wilayah kerja Puskesmas Sidorejo Kidul terhadap obesitas dan aktivitas fisik.

Kata kunci:Aktivitas fisik, Obesitas.

Abstract

Obesity is one of the health problems related to the prevalence of cardiometabolic disease. WHO states that obesity is a complex, serious problem experienced by all age groups, ranging from children, adults to the elderly. Obesity must be treated immediately because it has the potential to become a health problem (1). In obese patients who have a Body Mass Index (BMI) > 30 kg / m² will increase the risk of Coronary Heart Disease (CHD), both men and women. The American Heart Association (AHA) classifies obesity as a risk factor for coronary heart disease. The purpose of the study to determine the description of community behavior seen from the point of view of physical activity that became one of the causes of obesity in Salatiga City. This research method is descriptive quantitative with observation approach. The population in this study is the people who have checked themselves to the Puskesmas Sidorejo Kidul, each from the scope of work area of Sidorejo Kidul Puskesmas. The inclusion criteria applied were: 1) people living in the working area of pusidmassidorejokidul, 2) aged 40 years and over, 3) IMT more than 27,0. Variables studied in this research is the intensity of physical activity and BMI. The instrument used to measure the intensity of physical activity is the Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ). The interview was conducted to identify the understanding of the community in the work area of Sidorejo Kidul Public Health Center towards obesity and physical activity.

Keyword : Physical activity, Obesity